

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT JAUH
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV
SD NEGERI 2 PADURESO KECAMATAN PADURESO
KABUPATEN KEBUMEN
TAHUN 2013**



**DISUSUN OLEH :
SITI ROKHANIYAH
NIM: X47II364**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2013**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Siti Rokhaniyah

NIM : X4711364

Jurusan/Program Studi : FKIP/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul "MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 2 PADURESO KECAMATAN PADURESO KAB KEBUMEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013" ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, 2013

Yang membuat pernyataan

Siti Rokhaniyah

commit to user

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT JAUH
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV
SD NEGERI 2 PADURESO KECAMATAN PADURESO
KABUPATEN KEBUMEN
TAHUN 2013**



**Ditulis dan diajukan untuk memenuhi gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

commit to user
2013

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.



Pembimbing I

Fadilah Umar, S.Pd. M.Or
NIP.19720927200212 1 001

Surakarta, 2013
Pembimbing II

Islahuzzaman Nuryadin, S.Pd. M.Or.
NIP.19780113200604 1 001

commit to user

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan di terima untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Hari :
Tanggal : 2013

Tim Penguji Skripsi

Nama Terang Tanda Tangan

Ketua : Waluyo, S.Pd, M.Or.

Sekretaris : Rumi Iqbal Doewes, S.Pd, M.Or.

Penguji I : Fadilah Umar, S.Pd, M.Or.

.
Penguji II : Islahuzzaman Nuryadin, S.Pd, M.Or.

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret
Dekan

Prof. Dr.H.M. Furqon Hidayatullah, M.Pd
NIP.19600727 1987021001 *commit to user*

ABSTRAK

Siti Rokhaniyah. **MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 2 PADURESO KECAMATAN PADURESO KABUPATEN KEBUMEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013.** Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta Juli 2013.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh melalui pendekatan bermain pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Padureso Kecamatan Padureso Kabupaten Kebumen tahun pelajaran 2012/2013.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus, tiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subyek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri 2 Padureso yang berjumlah 20 siswa yang terdiri dari 11 anak laki-laki dan 9 anak perempuan, sumber data dalam tindakan kelas adalah data primer meliputi data hasil belajar lompat jauh, data dari guru dan Siswa Teknik pengumpulan data adalah dengan tes.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Padureso tahun pelajaran 2012/2013. Hasil belajar dapat dibuktikan dengan hasil analisis pratindakan, siklus I dan siklus II di mana hasil belajar sebelum diadakan tindakan adalah 25% tuntas belajar dan 75% belum tuntas belajar. Pada siklus I ketuntasan belajar mencapai 70% siswa telah tuntas belajar dan 30% belum tuntas belajar. Pada siklus II ketuntasan belajar mencapai 90% dari jumlah siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lompat jauh melalui pendekatan bermain dapat meningkat hingga batas minimal KKM yang telah ditentukan sehingga 90% dari jumlah siswa dapat mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 7,5.

Kesimpulan penelitian ini adalah penggunaan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Padureso Kecamatan Padureso Kabupaten Tahun Pelajaran 2012/2013.

Kata Kunci : Hasil belajar, Gerak dasar, Lompat jauh, Pendekatan Bermain.

MOTTO

- # Tugas kita adalah untuk mencoba, karena dalam mencoba itulah kita menemukan dan belajar membangun kesempatan untuk berhasil.#
- # Tak ada rahasia untuk menggapai sukses, sukses itu dapat terjadi karena Persiapan, kerja keras dan mau belajar dari kegagalan #
- # Hidup seolah akan mati besok, belajarlh seolah akan hidup selamanya.#
- # Jika senyum adalah melodi jiwa, maka cinta adalah anugrah dari hati karena itu yang dirasakan ketika dia yang berarti menghampiri #
- # Jika hidup ini adalah permainan, mainkanlah, jika hidup ini adalah mimpi wujudkanlah, jadikan setiap momen dalam hidup kita berharga #
- # Maknailah kegagalan itu secara positif dan bersabarlah, karena sebenarnya dari kegagalan itu kita akan tahu bagaimana caranya melangkah menuju keberhasilan (Ino Setiyawan)#

PERSEMBAHAN

:



- Teriring syukurku pada Mu, kupersembahkan karya ini untuk:
- Bapak dan Ibuku tercinta kasih dan sayangmu tiada berujung doamu tiada henti untukku.
 - Semua anak-anakku tercinta yang telah memberi warna dan semangat dalam hidupku .
 - Dosen pembimbing atas kesabarannya aku bisa menyelesaikan study ini.
 - FKIP Universitas Sebelas Maret kampus tempat kami menimba ilmu.
 - Teman-teman satu kelompok yang telah memberikan saran dan bantuanya.
 - Semua teman-teman PPKHB angkatan IV yang selalu bersama dalam merasakan suka dan duka dalam menempuh study ini.
 - Almamater.

commit to user

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 2 PADURESO KECAMATAN PADURESO KABUPATEN KEBUMEN TAHUN PELAJARAN 2012/2013.”** dengan lancar tanpa halangan sesuatu apapun, sesuai waktu yang ditentukan.

Pembuatan laporan ini dimaksudkan sebagai salah satu syarat tugas akhir untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, sebagai bukti bahwa telah melaksanakan perbaikan pembelajaran melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) di sekolah dasar tempat penulis melaksanakan tugas sehari-hari.

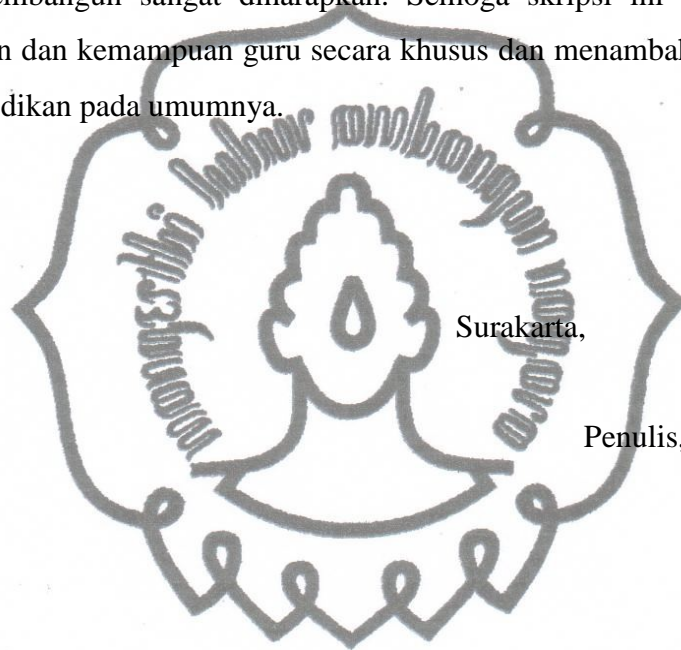
Terlaksananya rangkaian kegiatan penelitian, hingga terwujudnya skripsi ini tidak terlepas dari fasilitas, dukungan, dan bantuan berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:.

1. Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M. Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. H. Sunardi, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Waluyo, S.Pd. M.Or selaku Ketua Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Fadilah Umar, S.Pd, M.Or, selaku Pembimbing I yang dengan sabar memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Islahuzzaman Nuryadin, S.Pd. M.Or. selaku Pembimbing II yang dengan sabar memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyelesaikan skripsi ini.

commit to user

6. Margo, S.Pd selaku Kepala Sekolah Dasar Negeri 2 Padureso Kecamatan Padureso Kabupaten Kebumen.
7. Guru dan Karyawan serta siswa –siswi SD Negeri 2 Padureso Kecamatan Padureso Kabupaten Kebumen.
8. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

Skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga skripsi ini dapat menambah pengetahuan dan kemampuan guru secara khusus dan menambah wawasan dalam dunia pendidikan pada umumnya.



Surakarta,

2013

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PENGAJUAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN ABSTRAK.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II LANDASAN TEORI.....	4
A. Kajian Pustaka.....	4
1. Pembelajaran.....	4
2. Hasil Belajar.....	5
3. Gerak Dasar.....	6
4. Lompat Jauh.....	7
5. Pendekatan Bermain	9
6. Pembelajaran Lompat Jauh.....	11
B. Kerangka Berfikir.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	16

A.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	16
1.	Tempat Penelitian.....	16
2.	Waktu Penelitian.....	16
B.	Subyek Penelitian.....	17
C.	Data dan Sumber Data.....	17
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	17
E.	Validasi Data.....	18
F.	Teknik Analisis Data.....	19
G.	Indikator Keberhasilan.....	20
H.	Prosedur Penelitian.....	20
1.	Rencana Siklus I.....	21
2.	Rencana Siklus II.....	22
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	25
A.	Deskripsi Prasiklus.....	25
B.	Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus	26
1	Siklus I.....	27
2	Siklus II.....	34
C.	Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus.....	42
D.	Pembahasan.....	46
BAB V	SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	48
1	Simpulan.....	48
2	Implikasi.....	48
3	Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....		50
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Alur tahapan siklus tindakan penelitian.....	23
--	----

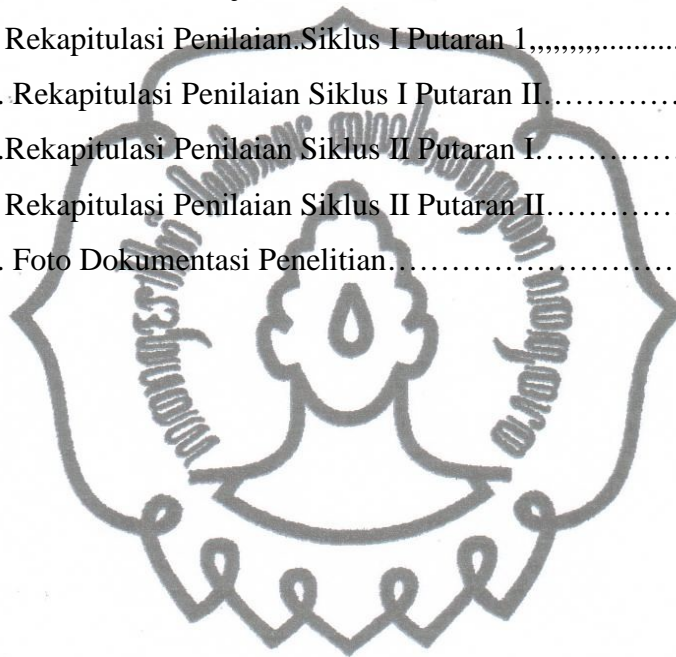


DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
1. Rencana Kegiatan Penelitian.....	16
2. Pengumpulan Data.....	18
3. Presentase Target Keberhasilan.....	20
4. Data awal pra Siklus	25
5. Perbaikan Pembelajaran... ..	27
6. Observasi kegiatan siswa.....	28
7. Observasi pengamatan guru.....	29
8. Data awal	31
9. Hasil Observasi kegiatan siswa.....	32
10. Observasi pengamatan guru.....	33
11. Hasil Evaluasi.....	35
12. Hasil Observasi Siswa.....	36
13. Hasil Observasi Guru.....	37
14. Data Hasil belajar siswa.....	39
15. Hasil Observasi kegiatan siswa.....	40
16. Hasil Observasi Pengamatan Guru.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Rencana Pembelajaran Siklus 1 Putaran I.....	51
Lampiran 2. Rencana Pembelajaran Siklus I Putaran II.....	64
Lampiran 3.Rencana Pembelajaran Siklus II Putaran I.....	77
Lampiran 4 Rencana Pembelajaran Siklus II Putaran II.....	89
Lampiran 5 Rekapitulasi Penilaian.Siklus I Putaran 1,,,,,,,,,.....	100
Lampiran 2. Rekapitulasi Penilaian Siklus I Putaran II.....	101
Lampiran 3.Rekapitulasi Penilaian Siklus II Putaran I.....	102
Lampiran 4 Rekapitulasi Penilaian Siklus II Putaran II.....	103
Lampiran 9. Foto Dokumentasi Penelitian.....	104



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Hasil Evaluasi kegiatan pra siklus.....	26
Grafik 2 Hasil Evaluasi kegiatan siklus.I Putaran 1.....	28
Grafik 3 Hasil Evaluasi Kegiatan siklus I Putaran 2.....	32
Grafik 4.Hasil Evaluasi Kegiatan siklus II Putaran 1.....	35
Grafik 5 Hasil Evaluasi Kegiatan siklus II Putaran 2.....	39

